

Rester seul à mon domicile devient difficile : vivre dans un environnement qui permette les échanges et les rencontres

*« Ce qui vieillit en nous, c'est le logement. Le locataire ne vieillit pas. »
(Charles Gounod)*

Un changement de lieu de vie doit bien se préparer, si possible avant une situation de crise ou d'urgence. Des questions à se poser avant de prendre une décision

Où voulez-vous vivre ?

Cadre urbain ou rural ou à proximité de votre famille, dans un petit immeuble ou dans un grand ensemble d'habitations, avec repas partagés, avec une présence de personnel dédié...

Quels sont les services dont vous aimeriez bénéficier ?

Parlez-en avec votre entourage, votre famille, vos amis, éventuellement le médecin traitant ou d'autres professionnels. Mais, finalement ce sera à vous de faire votre choix selon vos priorités.

Visitez plusieurs établissements, partagez un repas avec les locataires pour vous imprégner de l'ambiance et posez vos questions. Quels services vous sont importants, indispensables : restauration, blanchisserie, activités facultatives, sécurité ?

Pour connaître toutes les possibilités d'habitat alternatif, les expériences menées et les réalisations en cours, voici quelques adresses dans votre commune :

- Clic (Centre local d'information et de coordination) de votre commune
- Centre communal d'action sociale (CCAS) de votre commune
- Points d'accueil de proximité ayant pour mission d'[informer les personnes âgées et leurs proches](#) : points d'information locaux, plateformes d'accompagnement et de répit
- Vos caisses de retraites (voir 1^{ère} partie : **Préparer sa vieillesse et rester chez soi, autonome**)

Liens utiles :

- [Découvrir les lieux de vie collectifs](#)
- [Découvrir les autres solutions de logement](#)
- Site pour les [personnes âgées en perte d'autonomie](#) (Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie - CNSA)
- Tout savoir sur l'[Aide sociale à l'hébergement](#) (Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie - CNSA)
- [Droits des personnes handicapées vieillissantes](#) (Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie - CNSA)

1/ S'installer chez un proche

[Vous vous installez de façon définitive chez un proche](#). Vous avez besoin d'aide dans le quotidien. Quelles solutions ?

- Si vous bénéficiez déjà de [l'APA \(allocation personnalisée d'autonomie\)](#), vous pouvez continuer à en bénéficier comme dans votre ancien domicile. Votre dossier devra être transféré au conseil départemental de votre nouveau lieu de résidence

- Si votre proche peut vous apporter l'aide dont vous avez besoin et si vous bénéficiez déjà de l'APA, il est possible de le rémunérer en tant qu'intervenant à domicile dans le cadre de l'APA qui vous est accordée
- Si vous ne bénéficiez d'aucune aide dans votre ancien domicile, des aides sont possibles : [aide de sa caisse de retraite](#), [aide-ménagère à domicile](#), aides financières de la part des services des impôts de votre proche. Adressez-vous au point d'information local dont dépend votre nouveau lieu de résidence.

2/ Vivre en accueil familial

L'[accueil familial](#), alternative à l'hébergement en établissement spécialisé ; solution encore rare dans certains départements.

Pour qui ?

Pour des personnes seules ou en couple, qui ne peuvent ou ne veulent plus vivre chez elles, momentanément ou définitivement.

Par qui ?

Par des accueillants familiaux agréés par le conseil départemental, moyennant rémunération. Ils proposent aux personnes accueillies un accompagnement ponctuel ou au long cours dans un cadre familial qui leur permet de bénéficier d'une présence aidante et stimulante et d'un accompagnement personnalisé.

Quand ?

Il peut être :

- Temporaire (après une hospitalisation, en cas d'absence des proches...)
- Permanent, à temps partiel (durant la journée par exemple), à temps complet, c'est-à-dire la journée et la nuit (24h/24)
- Séquentiel (tous les week-ends par exemple)

Combien ?

Les personnes accueillies peuvent bénéficier de [l'APA à domicile \(allocation personnalisée d'autonomie\)](#), [des aides au logement](#), de [l'ASH \(l'aide sociale à l'hébergement\)](#).

A qui s'adresser ?

Au conseil départemental ou auprès d'[un point d'information local dédié aux personnes âgées](#).

3/ L'habitat inclusif : un habitat et une vie sociale partagés

L'[habitat inclusif](#) est un mode d'habitat regroupé, pour une vie semi-individuelle et semi-collective, à proximité de transports, des commerces et de services diversifiés. Les habitants - locataires, co-locataires ou propriétaires - sont peu nombreux (5-10 habitants en moyenne) ; ils vivent dans des espaces privatifs, tout en partageant des espaces communs. Ce mode d'habitat est assorti d'un projet de vie sociale et partagée : développer la vie collective au sein de l'habitat et dans la vie du quartier ou de la commune, d'activités de convivialité, sportives, ludiques ou culturelles, effectuées au sein ou à l'extérieur de l'habitat inclusif.

Les habitants ont le libre choix de faire appel à tous les services qui leur sont nécessaires : services d'aide et d'accompagnement à domicile, [SSIAD](#) (services de soins infirmiers à domicile), [SPASAD](#) (services polyvalents d'aide et de soins à domicile)...

Pour qui ?

Il s'adresse aux personnes âgées, sans critère requis, qui en font le choix à titre de résidence principale.

Le coût ?

Les habitants qui bénéficient de [l'APA \(allocation personnalisée d'autonomie\)](#) ou de [la PCH \(prestation de compensation du handicap\)](#) peuvent également décider de la mise en commun partielle ou totale de ces allocations pour bénéficier de services mutualisés, et favoriser par exemple la présence d'une auxiliaire de vie 24h/24h.

C'est une offre en émergence qui devrait s'étoffer dans les prochaines années, définie par la loi pour l'évolution du logement, de l'aménagement et de la transition numérique, dite loi ELAN, du 23 novembre 2018 et précisées dans un [arrêté](#) et un [décret](#) parus le 24 juin 2019. Pour savoir s'il existe un projet de ce type près de chez vous, vous pouvez vous adresser au [point d'information local dédié aux personnes âgées](#) le plus proche de chez vous.

4/ Le logement social

Pour obtenir un logement adapté à votre état de santé à un coût modéré, afin de continuer à vivre en toute indépendance, vous pouvez faire une [demande de logement social](#).

Si vous êtes déjà locataire d'un logement social qui n'est plus adapté à votre situation, vous pouvez demander une mutation de logement social ou un aménagement de votre logement actuel.

Comment ?

Il faut remplir le formulaire officiel de demande de logement social téléchargeable sur [le site service public.fr](#) et retourner les documents demandés. Ou directement en ligne sur le [portail de demande de logement social en ligne](#).

5/ L'habitat regroupé

L'[habitat regroupé](#) est une solution proposée par certaines villes à leurs habitants âgés, qui ne souhaitent plus vivre chez elles, mais qui souhaitent continuer à vivre dans l'environnement géographique qu'elles connaissent.

L'habitat regroupé est un petit ensemble de logements indépendants, situé en centre-ville, conçu pour des personnes avec des difficultés de mobilité, loyers abordables, services complémentaires facilités (livraison de repas...).

Des espaces communs utilisables par tous (lingerie, salle commune que l'on peut réserver pour des fêtes familiales...) permettent aux habitants de l'immeuble de se rencontrer.

Conçu par les collectivités locales avec une vocation sociale, le coût des loyers et des services est pensé pour convenir à des retraités avec des petits revenus. Les aides - [aides au logement](#), [l'APA à domicile](#) - peuvent se combiner et s'additionner.

Pour savoir si un habitat regroupé existe près de chez vous, contactez votre point d'information local (vous trouverez ses coordonnées dans [l'annuaire des points d'information locaux](#)).

6/ Le logement partagé : colocations entre seniors

Des seniors choisissent de vivre en colocation avec des personnes de leur âge, chacune ayant sa chambre et partageant les espaces communs : cuisine, salle de bains, séjour, salle à manger, etc. Cela leur permet de rester dans un logement individuel ordinaire et sécurisant.

La colocation permet de mutualiser des frais (ménage, courses partagées, coût d'entretien du logement). Ces logements ne sont généralement pas assortis de services propres et peuvent être couplés à une offre de services personnalisée : aide à domicile, téléassistance, portage de repas... (voir 1^{ère} partie : **Préparer sa vieillesse et rester chez soi, autonome**)

Cette solution de cohabitation peut se révéler épanouissante, mais il est important de se préparer à cette démarche, d'être sûr de l'accepter, de bien choisir ses colocataires.

7/ Le logement partagé : Accueillir un jeune chez soi

Le logement devenant trop grand, certains seniors proposent un hébergement à des jeunes, souvent étudiants.

Les modalités de cette cohabitation sont à débattre suivant les besoins du senior et du jeune. Il peut s'agir d'un hébergement gratuit ou d'un loyer modique, en échange duquel le jeune s'engage à rendre quelques petits services : faire quelques courses, descendre les poubelles, vous initier à l'informatique...

Cette cohabitation peut n'être aussi qu'une présence rassurante la nuit.

Plusieurs structures pourront vous aider dans ce projet : l'association [Réseau Cohabitation solidaire intergénérationnelle](#) (Cosi), [Ensemble 2 Générations](#), ou [toitplusmoi.eu](#).

Il est important de sécuriser juridiquement votre projet pour prévenir toutes surprises : acter dans un contrat les points sur lesquels on s'entend avec son colocataire, les modalités pratiques, régler au préalable toutes discussions, envisager la maladie, l'hospitalisation, le défaut d'un des colocataires...

8/ Le logement partagé : le logement intergénérationnel

L'[habitat intergénérationnel](#) désigne un ensemble de logements conçu pour accueillir différentes générations : étudiants, familles, personnes âgées afin de maintenir à domicile des personnes âgées, tout en mettant en œuvre les conditions optimales pour susciter les rencontres.

Au cœur des projets d'habitat intergénérationnel, on trouve des valeurs de solidarité entre générations, entre voisins, gestes d'entraide, une volonté de lutte contre l'isolement des étudiants et des personnes âgées.

Les différentes générations ne partagent pas le même toit. Les logements répondent aux besoins particuliers de ces différentes générations. Des espaces communs utilisables par tous (lingerie, salons, tables de jeu, salle commune que l'on peut réserver pour une fête de famille...) permettent aux habitants de l'immeuble de se rencontrer.

Quel coût ?

Ce sont en général des bailleurs sociaux en partenariat avec des associations ou des investisseurs privés qui initient ce type de projets.

Quand ils sont conçus par des bailleurs sociaux, les projets d'habitat intergénérationnel ont une vocation sociale. Le coût des loyers et des services est pensé pour convenir à des retraités avec des petits revenus avec possibilité de bénéficier d'aides qui se combinent et s'additionnent [des aides au logement](#), de [l'APA à domicile](#).

Pour savoir si un immeuble intergénérationnel existe près de chez vous, contactez votre point d'information local.

9/ Le logement partagé : les béguinages

Historiquement, les béguinages étaient des lieux où vivaient des communautés religieuses. Aujourd'hui, la nouvelle vocation des béguinages (restaurés ou neufs) est le logement des personnes âgées. Ils sont majoritairement situés dans le nord de la France.

Les béguinages gardent une vocation sociale et accueillent des personnes âgées aux revenus modestes. La philosophie de l'entraide et de la solidarité reste au cœur de ces résidences.

Les béguinages se composent en moyenne de 10 à 20 logements privés de plain-pied (une maison ou un appartement) en location ou en propriété. Ils sont situés proches de commerces, proximité immédiate des voisins, logement adapté à la perte d'autonomie, partage des espaces et des services communs.

Quand ils sont gérés par les collectivités locales, les béguinages ont une vocation sociale. Le coût des loyers et des services est pensé pour convenir à des retraités avec des petits revenus, avec possibilité de bénéficier d'aides qui se combinent et s'additionnent ([des aides au logement](#), de [l'APA à domicile](#)).

Pour [savoir si un béguinage pour personnes âgées existe près de chez vous](#), contactez votre point d'information local.

10/ La résidence autonomie (ex logement-foyer)

Pour qui ?

Pour des retraités autonomes, qui désirent vivre de manière indépendante, dans un environnement convivial et sécurisé.

Ce sont des établissements et services sociaux et médico-sociaux gérés par des structures publiques ou associatives. Leur fonctionnement est régi par le Code de l'action sociale et des familles.

Le conseil départemental leur délivre l'autorisation de fonctionner et vérifie la qualité des prestations par des évaluations régulières. Un conseil de la vie sociale composé de représentants des résidents, des familles et du personnel de l'établissement se réunit au moins trois fois par an.

C'est un groupement de 30 à 80 logements accueillant à proximité des commerces et services. Les locataires meublent à leur goût leur logement. Des équipements et des services collectifs (restauration, blanchisserie, salon de coiffure, activités et animations...) sont proposés, dont l'usage est facultatif. Du personnel assure une présence quotidienne et veille au fonctionnement de la résidence autonome.

Depuis le vote de [la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement](#), les résidences autonomie reçoivent des financements des départements, leur permettant de rémunérer du personnel ou des intervenants extérieurs, chargés de mettre en place des actions de prévention de la perte d'autonomie (ateliers prévention des chutes, nutrition, mémoire...). Ces actions de prévention, gratuites pour les résidents, peuvent également être ouvertes aux personnes âgées extérieures à la résidence autonomie.

Le coût du logement y est modéré. Les résidents peuvent y bénéficier de [l'ASH \(aide sociale à l'hébergement\)](#) si leurs revenus sont inférieurs au montant de la facture mensuelle, à la condition que la résidence autonomie soit habilitée à recevoir des bénéficiaires de l'aide sociale.

11/ Les résidences services

Les [résidences services](#) répondent à une demande de prestation de services formulée par des personnes âgées, pour leur confort et leur bien-être. Elles sont principalement gérées par des structures privées commerciales. Leurs occupants peuvent être locataires ou propriétaires.

Dans le cadre d'une location, la facturation mensuelle en résidence services comprend le prix du loyer – fixé au prix du marché – ainsi que les charges locatives, auxquels s'ajoutent le montant de l'abonnement des services auxquels le résident a souscrit. Les occupants ne peuvent pas y bénéficier de l'ASH, mais d'autres aides financières sont possibles

12/ Les maisons d'accueil et de résidence pour l'autonomie (Marpa)

Créées par la Mutuelle Sociale Agricole, situées en milieu rural, en centre-bourg et à proximité des commerces, des transports et des services, les [Marpa](#) sont de petits ensembles de logements de plain-pied, de 24 résidents au maximum, adaptés pour personnes âgées, avec accès individuel et jardinnet, et des espaces collectifs.

Elles proposent des services et des activités et privilégient un cadre de vie convivial et ouvert sur l'extérieur. Le logement proposé au senior est loué vide, à lui de le personnaliser en y apportant ses meubles et sa décoration. Le résident pourra y recevoir ses proches et amener son animal de compagnie. Les repas peuvent être pris en commun ou chez soi. Les services proposés par la Marpa sont facultatifs.

Du personnel est présent à tout moment, afin d'accompagner les personnes et d'assurer le fonctionnement de la Marpa. Une permanence de nuit est assurée. Une téléassistance non filaire permet d'alerter la permanence en cas d'urgence.

La Marpa se montre particulièrement vigilante envers les droits fondamentaux des personnes accueillies ([charte des Marpa](#), projet personnel, contrat de séjour, conseil de vie sociale).

13/ EHPAD hors les murs, [EHPAD à domicile](#)

Les bénéficiaires, personnes âgées dépendantes, ont le même suivi, la même sécurité et le même accompagnement que dans un EHPAD, mais sans leur faire quitter leur logement : portage-repas ; auxiliaire de vie pour aide au lever, toilette ; services ménagers à domicile ; soins infirmiers (infirmière, suivi médecin) ; téléassistance (ex Présence Verte) pour la sécurité.

Les professionnels de l'EHPAD à l'origine du service se déplacent chez chaque personne pour des soins, des activités, des animations... Partenariat avec les acteurs du territoire (CLIC, France Alzheimer...).